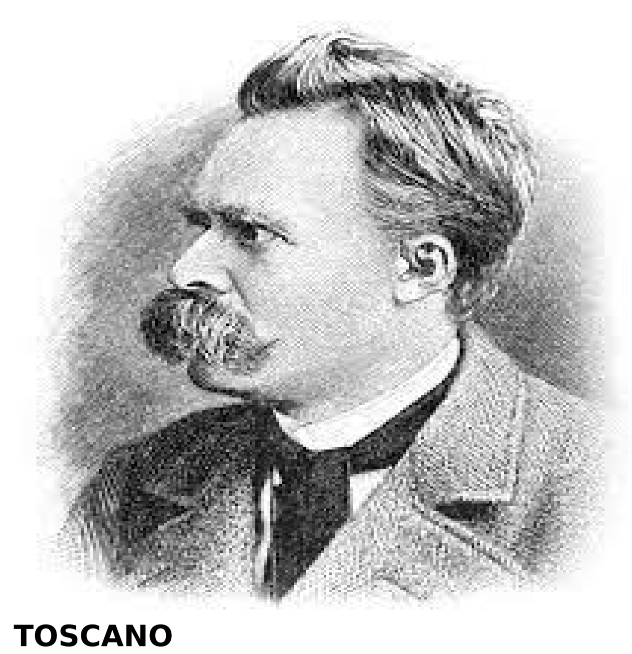
SENTIDO DE VIDA

"La muerte solo puede causar pavor a quien no sabe llenar el tiempo que le es dado para vivir". "El hombre se autorrealiza en la misma medida en que se compromete con el cumplimiento del sentido de su vida". "La Felicidad es como una mariposa. Cuanto más la persigues, más huye". Palabras del Maestro Viktor Frankl

Ante la evidente falta de profundidad en las relaciones humanas actuales, la indiferencia humana ante situaciones graves y la creciente importancia al mundo virtual que deja de lado el mundo **"espiritual**", donde se imponen los avances tecnológicos, deberíamos preguntarnos sobre qué es la vida y cómo vivirla. Tanto **Viktor Frankl**, como **Nietzsche** tienen una mirada particularmente positiva y enriquecedora de la vida y su sentido. Viktor nos dice que del sufrimiento que puede causar una situación devastadora, las ganas y la ilusión de vivir por algún objetivo particular hacen de la experiencia negativa una instancia superadora, que permite un encuentro con lo más íntimo de uno mismo, dejando no solo un aprendizaje, sino también el sentido de nuestras vidas, de esta manera ,no estigmatiza a la persona que sufrió, ya que no es la poseedora de una marca psíquica que la llevara a identificarse como **"victima",** no será esclava de su pasado ni se someterá a él, será libre y responsable. La concepción de la vida que tiene **Nietzsche** (**salvando las distancias**), coincide en muchos aspectos con la de Viktor en cuanto a que ambos relatan la potencialidad del hombre y la fuerza interior necesaria para encontrar el sentido de la existencia, no como algo objetivo e igual para todos los vivientes, sino como algo personal; así lo relata **Nietzsche** cuando nos dice en su libro "**Humano demasiado Humano que**:

"La vida se compone de unos pocos momentos aislados, sumamente llenos de sentido, y de infinitos intervalos en los que, a lo sumo, se proyectan sobre nosotros las sombras de esos momentos." El amor, la primavera, una bella melodía, la montaña, la luna, el mar, todo nos habla plenamente una sola vez al corazón, si es que todas esas cosas llegan alguna vez a expresarse por entero. Pero muchas personas no conocen en absoluto ninguno de esos momentos y ellas mismas son intervalos, silencios en la sinfonía de la vida real.

“Quien tiene una razón para vivir puede soportar cualquier como”



LOGOTERAPEUTA JULIO CÉSAR TOSCANO